

## Peranan Pendidikan Jasmani Menghadapi Era Globalisasi

Margono\*

Diterima: Mei 2012. Disetujui: Juni 2012. Dipublikasikan: Juli 2012  
© Universitas Negeri Semarang 2012

**Abstrak** Pendidikan Jasmani merupakan bagian dari pendidikan Keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras, dan seimbang. Masalah yang dihadapi saat ini antara lain : masih ditemukan pengajaran penjas secara tradisional, pendidikan jasmani, diajar oleh guru yang bukan berlatar belakang penjas, sarana dan prasarana penjas yang terbatas. Pendidikan Jasmani memiliki peranan penting dalam menunjang SDM berkualitas menghadapi era globalisasi.

**Kata Kunci:** Pendidikan jasmani era globalisasi

**Abstract** Physical education is part of the Overall education that promotes physical activity and healthy living guidance for the growth and development of the physical, mental, social and emotional harmony, harmony, and balance. Problems faced today are: still found traditional teaching physical education, physical education, taught by teachers who are not background of physical education, infrastructure penjas limited. Physical Education menunjang has particularly important role in the quality of human resources in the era of globalization.

**Keywords:** Physical education globalization

### PENDAHULUAN

Era Globalisasi pada era globalisasi, berakibat pada derasnya arus informasi dalam berbagai bidang kehidupan, yang tidak kenal batas-batas negara dan wilayah, sehingga berpengaruh terhadap seluruh aspek kehidupan. Mengantisipasi hal tersebut, maka menciptakan manusia yang unggul, merupakan satu tantangan dan keharusan menghadapi era globalisasi. Upaya tersebut, salah satunya dapat dilakukan melalui mata pelajaran Pendidikan Jasmani (penjas). Penjas merupakan bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan

dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang.

Tujuan Penjas di sekolah untuk membantu siswa dalam peningkatan kebugaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif serta kemampuan gerak dasar dan berbagai aktivitas jasmani agar dapat : (1) tercapainya pertumbuhan dan perkembangan jasmani khususnya tinggi dan berat badan secara harmonis; (2) mengembangkan kesehatan dan kebugaran jasmani, keterampilan gerak dan cabang olahraga; (3) mengerti akan pentingnya kesehatan, kebugaran jasmani dan olahraga terhadap perkembangan jasmani dan mental; (4) mengerti peraturan dan dapat melewati pertandingan cabang olahraga; (5) menyenangi aktivitas jasmani yang dapat dipakai untuk pengisian waktu luang serta kebiasaan hidup sehat; (6) mengerti dan dapat menerapkan prinsip - prinsip pengutamakan pencegahan penyakit dalam kaitannya dengan kesehatan (Depdikbud, 1993).

Berdasarkan pengamatan penulis, masih ditemukan pengajaran Penjas yang berorientasi secara tradisional. Ciri-ciri pengajaran Penjas tradisional menurut Mutohir (1995) adalah: (a) berpusat pada guru melalui instruksi; (b) siswa melaksanakan latihan fisik sesuai dengan instruksi guru; dan (c) latihan fisik yang dilakukan tidak pernah mempengaruhi inisiatif yang dimiliki siswa, (d) guru cenderung menggunakan pendekatan olahraga dalam pengajaran. Pendekatan ini menggunakan latihan fisik yang diadopsi dari olahraga murni tanpa mengadakan modifikasi ukuran lapangan, fasilitas dan aturan yang ada. Akibatnya siswa memperoleh perlakuan sama dengan orang dewasa, sehingga mereka merasa tidak senang dan frustrasi. Selain itu Penjas diajar oleh guru yang tidak memiliki latar belakang pendidikan jasmani; dengan sarana dan prasarana yang terbatas.

\*Jurusan Pendidikan Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang  
E-mail: margono131@gmail.com

Globalisasi dan informasi ada 12 kawasan kehidupan yang spesifik dipengaruhinya: (a) pembangunan sumber daya manusia; (b) ilmu pengetahuan dan teknologi; (c) energi; (d) transportasi; (e) telekomunikasi dan informasi; (f) turisme; (g) teknologi pertanian; (h) perdagangan dan investasi; (i) promosi perdagangan; (j) konservasi sumber daya kelautan; dan (k) perikanan. Kawasan kehidupan yang dipengaruhi oleh globalisasi dan informasi menunjukkan betapa luasnya kawasan dan tantangan kehidupan yang dihadapi pada masa yang akan datang.

Untuk itu peran pendidikan jasmani khususnya mempunyai andil yang cukup besar dalam menciptakan siswa yang sehat dan segar jasmaninya serta mempunyai nilai-nilai dalam menghadapi era globalisasi. Apabila siswa sudah sehat dan segar jasmaninya tentu akan menunjang terciptanya sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas, berkemampuan tinggi, produktif dan mempunyai daya saing yang tinggi.

Mengantisipasi masalah-masalah di depan, maka pendidikan di Indonesia perlu dikembangkan untuk menghadapi tantangan kedepan, dengan mengaktualisasikan segenap potensi yang dimiliki secara maksimal, sehingga diperoleh SDM yang memiliki daya saing dan mampu bekerja menghadapi kehidupan yang menantang.

### **Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang selaras, serasi dan seimbang.

Apabila diperhatikan tujuan pendidikan jasmani adalah untuk membantu siswa dalam perbaikan derajat kesehatan dan kesegaran jasmani melalui pengertian, pengembangan sikap positif dan keterampilan gerak dasar serta berbagai aktifitas jasmani.

Dengan adanya pengertian, fungsi dan tujuan pendidikan jasmani, maka disusunlah materi pendidikan jasmani ke dalam GBPP yang terdiri dari materi pokok: atletik, senam dan permainan. Untuk materi pilihan terdiri atas renang, pencak silat, bulu tangkis, tenis meja, tenis, sepak takraw, olahraga tradisional, softball dan cabang olahraga lainnya yang potensial dan perkembangan di daerah.

Pelaksanaan pengajaran pendidikan

jasmani pada prinsipnya mengikuti tiga tahap sebagai berikut: (1) latihan pemanasan (*warming up*) tujuannya untuk menyiapkan kondisi fisik siswa untuk menghadapi latihan inti baik pernapasan dan peredaran darah serta temperatur tubuh; (2) latihan inti, tujuannya untuk meningkatkan keterampilan; (3) latihan penenangan yang tujuannya menyiapkan jasmani dan rohani para siswa untuk dapat mengikuti pelajaran berikutnya (Depdikbud, 1987).

Pembagian waktu pelajaran Pendidikan Jasmani terdiri dari: (a) kegiatan pemanasan 10%; (b) kegiatan inti 80%; dan (c) penenangan 10% dari seluruh waktu yang tersedia. Disamping itu guru Pendidikan Jasmani juga memperhatikan rambu-rambu kegiatan belajar mengajar sebagai berikut: (1) tahap pelaksanaan dimulai dari yang mudah ke yang sukar; (2) variasi pelaksanaan; (3) bentuk pelaksanaan dapat dengan cara perorangan; (4) sifat pelaksanaan dapat bebas, terikat, penugasan aktif, kreatif; (5) cara pelaksanaan dapat dengan latihan, menirukan, permainan, perlombaan, pertandingan (Depdikbud 1993).

Menurut Ashton dkk (1994) pola pengajaran pendidikan jasmani dapat dibagi menjadi beberapa tahap: (1) memperkenalkan yang akan dipelajari dan pemanasan; (2) pengembangan keterampilan yang berisi memperkenalkan keterampilan yang dipelajari; (3) pengembangan keterampilan yang berisi belajar keterampilan; (4) pengembangan keterampilan yang berisi membetulkan gerakan kalau ada yang salah; (5) pengembangan keterampilan yang berisi penerapan keterampilan; dan (6) penenangan dan kesimpulan.

Pendidikan jasmani berfungsi sebagai berikut: (1) memenuhi hasrat untuk bergerak; (2) merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta perkembangan gerak; (3) memelihara dan meningkatkan kesehatan serta kesegaran jasmani; (4) menyembuhkan suatu penyakit dan meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit; (5) mengurangi kejenuhan, stress; (6) menanamkan disiplin, kerjasama, sportivitas dan mengikuti peraturan dan ketentuan yang berlaku; (7) meningkatkan daya tangkal terhadap pengaruh dari luar (Depdikbud, 1993). Tercapainya tujuan dan fungsi Penjas, akan mampu menciptakan SDM yang sehat dan segar jasmani dalam mengatasi tantangan era globalisasi.

### **Menyiapkan Guru Penjas secara Profesional**

Guru Penjas yang profesional

adalah guru yang mempunyai tanggung jawab terhadap tugasnya dan mempunyai keahlian khusus dalam mengajar Penjas. Dalam proses belajar mengajar Penjas, guru menempati posisi yang dominan. Latar belakang pendidikan guru turut berpengaruh terhadap pelaksanaan pengajaran Penjas. Ditinjau dari kompetensi guru, maka guru Penjas dengan latar belakang pendidikan non Penjas tidak memenuhi persyaratan akademik, seperti yang dipersyaratkan sebuah profesi. Hal tersebut selaras dengan Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI No. 0257/0/1976 yang menyatakan bahwa “ pemegang surat tamat belajar sekolah guru olahraga di Sekolah Dasar”. Berdasarkan uraian di depan, maka disimpulkan bahwa bidang studi Penjas tidak dapat diajarkan oleh guru-guru dengan latar belakang bukan lulusan pendidikan jasmani.

Untuk itu dalam rangka menghadapi era globalisasi perlu disiapkan guru-guru Penjas yang berkualitas dan profesional. Di samping itu kemampuan guru Penjas yang ada perlu ditingkatkan melalui pendidikan dalam jabatan, seperti; penataran dan seminar yang terkait dengan profesi Penjas.

#### **Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani**

Sarana diartikan sebagai segala peralatan yang digunakan oleh seorang guru dalam proses belajar mengajar untuk mencapai tujuan. Wirjantosa (1984) menegaskan bahwa sarana dan prasarana sangat besar pengaruhnya terhadap pelaksanaan program penjas. (1993) menjelaskan tentang peralatan Penjas yang minimal dipunyai oleh sekolah, di antaranya: (a) matras/kasur dari terpal/karung dengan ukuran satu kali dua atau satu setengah kali enam meter; (b) tali untuk perorangan dan beregu; (c) macam-macam bola, bola kasti, bola tenis, bola tangan, bola tangan, bola kaki, bola karet, bola voli dan bola basket; (f) palang tunggal; (g) net voli; (h) papan dan tiang basket; (l) tambang; (i) tiang dan mistar lompat tinggi; (k) meteran; (l) peti lomat; dan (m) cakram, peluru dan lembing.

Standar minimal peralatan Penjas di sekolah menurut Dirjen PLSPO memiliki perbandingan satu banding 10. Dengan demikian apabila satu kelas terdiri dari 40 orang siswa, maka dibutuhkan empat buah peralatan olahraga. Apabila suatu sekolah belum memiliki peralatan tersebut, maka disarankan agar guru pendidikan jasmani kreatif, mengembangkan bersama-sama siswa untuk melengkapi peralatan yang dibutuhkan.

Kelengkapan sarana olahraga yang dapat digunakan guru Penjas memberi kontribusi yang efektif terhadap keberhasilan mengajar Penjas.

Prasarana diartikan sebagai segala fasilitas yang digunakan dalam proses belajar mengajar Penjas untuk mencapai tujuan. Secara umum sekolah-sekolah yang ada melaksanakan Penjas di lapangan kepunyaan masyarakat. Hal ini disebabkan lahan yang terbatas di sekolah.

#### **Menggunakan Pendekatan Pengajaran Penjas yang Efektif**

Pengajaran akan terjadi jika terdapat interaksi antara siswa lingkungan belajar yang diatur pengajar untuk mencapai tujuan. Johnson (1979) mengemukakan bahwa pengajaran merupakan serangkaian peristiwa yang direncanakan untuk mengajarkan, mengaktifkan serta mendorong siswa belajar.

Pengajaran juga merupakan usaha untuk menciptakan suasana sedemikian rupa, sehingga hubungan antara stimulus dengan respon dapat ditingkatkan. Menurut Gagne dan Briggs (1979) pengajaran dianggap sebagai serangkaian peristiwa yang dapat mempengaruhi siswa, sehingga terjadi proses belajar. Pengajaran yang melibatkan proses belajar mengajar tidak sekedar menyerap informasi dari guru, tetapi melibatkan berbagai kegiatan atau tindakan yang harus dilakukan, terutama apabila menginginkan hasil belajar yang efektif. Lutan (1988) menyatakan unsur-unsur pokok yang terdapat dalam proses belajar mengajar sebagai berikut ; (a) guru yang lebih berpengetahuan, berpengalaman dan terampil, (b) siswa yang sedang berkembang; (c) informasi atau keterampilan, (d) saluran atau metode penyampaian informasi / keterampilan; dan (e) respon atau perubahan perilaku siswa.

Untuk mencapai hasil belajar yang efektif tentu guru harus menekankan berbagai kegiatan dan tindakan dengan menggunakan pendekatan di dalam berbagai proses belajar mengajar yang pada hakikatnya suatu upaya pengembangan kreativitas belajar siswa. Dick dan Carey (1985) menyatakan, pendekatan pengajaran merupakan salah satu faktor penting di dalam proses belajar mengajar. Pengajaran yang efektif adalah pengajaran yang menggunakan pendekatan modern sebagai pengganti dari pengajaran tradisional. Pengajaran efektif salah satunya dapat dilakukan dengan cara memodifikasi olahraga

yang diciptakan *Australian Sports Commission*.

Modifikasi olahraga ke dalam pendidikan jasmani diperlukan, karena siswa secara fisik, mental, dan emosional tidak sama dengan orang dewasa, sehingga pembelajaran yang dilakukan harus disesuaikan dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangannya. Beberapa kasus berikut: menggunakan alat-alat dan peraturan orang dewasa, tidak tepat dan tidak diharapkan dalam pendidikan jasmani oleh siswa. Dengan melakukan modifikasi alat-alat dan peraturan, maka memungkinkan siswa untuk lebih cepat mengembangkan kemampuannya secara baik. Sebab setiap partisipasinya mendorong anak untuk melakukan kegiatan secara senang.

Modifikasi olahraga ke dalam pendidikan jasmani agar mengembangkan bentuk aktivitas yang mengarah pada kemampuan kompetisi siswa secara matang. Modifikasi olahraga memberikan tekanan pada kegembiraan dan kesenangan untuk siswa dalam situasi kompetisi. Dalam waktu yang lama siswa belajar mengatasi tekanan mental kompetisi.

Aussie Sport (1993) menyatakan dalam memodifikasi olahraga ke dalam pendidikan jasmani ada tiga unsur : (a) modifikasi ukuran lapangan, (b) modifikasi peralatan, (c) modifikasi lamanya permainan, (d) modifikasi peraturan permainan.

Modifikasi ukuran lapangan dan waktu bermain bertujuan untuk mengurangi tuntutan kemampuan fisik siswa. Dalam beberapa kasus seperti: siswa SD bermain sepak bola pada lapangan yang berukuran 100 x 75 meter dengan menggunakan tiang gawang dan bola ukuran orang dewasa. Tentu semua ini akan mempersulit siswa untuk memasukkan bola ke gawang lawan, atau sama sekali siswa tidak mampu untuk melakukannya.

Modifikasi peralatan mencakup alat pemukul, raket dan tongkat harus dibuat dalam ukuran yang kecil dan memungkinkan siswa dapat menggunakannya serta dapat melakukan kontrol yang baik jika mempergunakannya serta dapat melakukan kontrol yang baik jika mempergunakannya. Begitu juga ukuran dan komposisi bola harus dimodifikasi untuk membuat siswa lebih senang menggunakannya dan mudah melempar atau menyepakinya. Seperti contoh: sangat sulit bagi siswa SD untuk melakukan servis bola voli, jika mereka menggunakan bola ukuran orang dewasa. Oleh sebab itu Aussie Sport menciptakan bola voli ukuran

anak-anak dengan bahan yang lunak dan tidak menyakitkan tangan.

Modifikasi lamanya permainan bertujuan untuk memberikan konsentrasi yang penuh dan kesenangan bagi siswa dalam melakukan pendidikan jasmani. Waktu yang lama tentu akan membosankan siswa dalam melakukan olahraga.

Modifikasi peraturan permainan bermaksud membantu siswa mengembangkan keterampilan dan kesenangan dalam melakukan olahraga tanpa merusak keaslian dari permainan tersebut.

Modifikasi olahraga memberikan pengalaman gerak yang lebih banyak kepada siswa dari pada keterampilannya. Hal ini berarti memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpartisipasi secara penuh dalam pengajaran. Graham, dkk (1980) menyatakan guru Pendidikan Jasmani yang sukses adalah guru yang mempunyai kemampuan profesional, kepuasan kerja dan mempunyai variasi mengajar serta menciptakan interaksi yang membantu siswanya dalam memahami pendidikan jasmani hubungannya dengan olahraga yang baik sesuai dengan minat dan bakatnya. Menurut Hickey (1995) menambahkan bahwa pendidikan Jasmani merupakan media untuk meningkatkan kesegaran jasmani, perubahan perilaku terhadap olahraga serta proses pembuatan keputusan.

Dengan penerapan pendekatan pengajaran modifikasi olahraga ke dalam Penjas akan dapat menunjang lahirnya SDM yang berkualitas yang mampu bersaing di era globalisasi. Menurut Arismunandar (1979) bahwa masa depan bangsa membutuhkan kualifikasi sumber daya manusia yang profesional, kompetitif, kreatif, dan inovatif, pandai berkomunikasi dan mampu mengambil keputusan yang beresiko cepat, tidak mudah menyerah dan selalu mencoba dan mencoba sampai berhasil, mampu bekerja keras dengan disiplin tinggi, sehingga dapat bekerja sama dengan orang lain. Keberhasilan seseorang tidak saja ditentukan oleh IQ-nya tetapi ditentukan juga oleh tingkat emosinya (EQ) atau Imotional Quotion.

## SIMPULAN

Berdasarkan kajian yang telah dikembangkan di depan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Pendidikan jasmani memiliki peranan yang cukup penting dalam menciptakan SDM

yang berkualitas menghadapi era globalisasi.

Kualitas proses belajar mengajar Penjas di sekolah salah satunya ditentukan oleh kualitas guru Penjas.

Sarana dan prasarana Penjas yang sesuai dengan karakteristik siswa, dan memadai memungkinkan siswa untuk melakukan Penjas dengan gembira selama PBM.

Modifikasi olahraga ke dalam pendidikan jasmani merupakan salah satu pendekatan yang efektif dalam meningkatkan SDM yang sehat jasmani dan rohani, kompetitif, kreatif dan inovatif, yang mampu mengambil keputusan dengan cermat dan cepat.

Hendaknya mata pelajaran di SD, SLTP dan SMU disajikan oleh guru-guru dengan berlatar belakang pendidikan Penjas.

Sarana dan prasarana Penjas perlu dilengkapi sesuai dengan kebutuhan, oleh pemerintah bersama-sama masyarakat.

Guru Penjas sebaiknya menerapkan konsep modifikasi olahraga dalam Pendidikan Jasmani, untuk mencapai tujuan.

#### DAFTAR PUSTAKA

Wismoyo. 1979. *Rencana Strategis Peningkatan Prestasi Olahraga menuju tahun 2001*. Makalah Disampaikan dalam Konferensi Nasional Olahraga Tanggal 27 s/d 28 Februari di Jakarta: KONI.

- Ashton, dkk 1994. *Sport It Toward 2000*. Australia: Aussie Sport.
- Aussie Soprt. 1993. *Way Modify?* Journal Aussie Sport Action
- Autum. Australia: Aussie Sport
- Depdikbud. 1987. *Petunjuk Pelaksanaan Mata Pelajaran Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: depdikbud.
- Depdikbud. 1993. *Garis Besar Program Pengajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdikbud.
- Dick, Walter & Cary, Low.1985. *The Systematic Design in Psychological Instruction*. Scoot Foresman.
- Gagne, Robert M. & Briggs, Leslie J. 1979. *Principle of Instructional Design*. New York: Reinhart And Winston.
- Graham, George, dkk. 1987. *Children Moving California*: Ma Publishing Company.
- Hickey, Christoper. 1995. *What Matters in Teaching Psychology Education?*. Australia: Aussie Sport Action.
- Johnson. David m. 1979. *Education Psychology*. Englewe Prentice-Hall, Inc
- Lutan, Rusli. 1998. *Belajar Keterampilan Motorik: Pengantar teori dan metode*. Jakarta: Depdikbud.
- Mutohir, T. cholik. 1995. *The Future of Physical Education Indonesia*. Paper Presented in the Workshop Seminar Modification to Sport within Physical Education: Alternative Appoarch to Teaching. Australian -Indonesia Soprt Progrtam 1995 at IKIP Surabaya 5-14 June 1995 Surabaya: FPOK IKIP Surabaya.
- Mahmudi. 1991. *Olahraga Pilihan Senam*. Jakarta Depdik-dub.
- Wirjontosa, Ratal. 1984. *Supervisi Pendidikan Olahraga*. Jakarta Universitas Indonesia.